

## **АННОТАЦИЯ** **рабочей программы дисциплины (модуля)**

### Биоритмология

#### **1. Цели освоения дисциплины**

**Целью освоения дисциплины** «Биоритмология» формирование устойчивого представления о принципах сохранения и формирования здоровья, о необходимости учёта биоритмов организма человека при организации общеоздоровительных мероприятий в сфере рекреации и спортивно-оздоровительного туризма.

#### **2. Место дисциплины в структуре ОПОП бакалавриата (магистратуры)**

Дисциплина Б1.В.ДВ.04.02 «Биоритмология» относится к дисциплинам по выбору по направлению подготовки 49.03.03 Рекреация и спортивно-оздоровительный туризм (направленность (профиль) подготовки «Рекреационно-оздоровительная деятельность»).

<b>МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП</b>	
Индекс	Б1. В.ДВ.04.02
<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>	
Для изучения дисциплины «Биоритмология» необходимо успешное освоение дисциплин «Анатомия и морфология человека», «Основы медицинских знаний», «Гигиенические основы физкультурно-спортивной деятельности» и т.д.	

#### **3. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю) «Валеология».**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
ПК-1	Способен осуществлять рекреационную деятельность с различными группами населения, направленную на обеспечение физического и психического здоровья, социального благополучия и удовлетворенности жизнью	ПК-1.1. Способностью самостоятельно определять цели и задачи спортивной, рекреационно-оздоровительной, рекреационно-досуговой и рекреационно-реабилитационной деятельности. ПК-1.2. Способен использовать на практике средства, методы и приемы обучения двигательным действиям, связанным с рекреационно-оздоровительной деятельностью, контролировать эффективность выполнения.	<b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- современные теории о принципах функционирования биологических часов;</li><li>- современные экспериментальные подходы к изучению биоритмов на разных уровнях организации (от уровня циркадианных генов до орагнозменного);</li><li>- особенности важнейших современных концепций ведущих отечественных и зарубежных физиологов и научных школ в области биоритмологии;</li><li>- основные закономерности генерации физиологических и поведенческих биоритмов у млекопитающих и человека;</li></ul> <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>- использовать индивидуальную структуру биоритмов организма при</li></ul>

			планировании и контроле педагогического процесса. <b>Владеть:</b> - современными представлениями о природе биологических ритмов; механизмами регуляции биологических ритмов; средствами самостоятельного достижения должного уровня работоспособности.
--	--	--	--

**4. Общая трудоемкость дисциплины 396 часов (11 зачетных единиц).**

**5. Разработчик:** Текеев А.А., проф. кафедры физического воспитания и общественного здоровья